

Tételes étlap 2025.09.08. - 2025.09.14.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/8/2025 hétfő	(00619) Szakiskola laktómentes Komló	E Csontleves	349.00	83.49	3.50	2.00	0.02	12.74	0.00	0.31		
		Párolt csirkemell	845.42	202.25	29.74	8.66	1.14	1.11	0.00	1.70		
		Meggy mártás (tejmentes)	1 161.35	277.83	1.86	10.45	1.12	42.77	19.64	0.31		
		Piritott dara	1 067.81	255.46	5.64	6.17	0.63	44.04	0.00	0.40		
		Összesen:	3 423.58	819.03	40.74	27.28	2.91	100.66	19.64	2.72		
9/9/2025 kedd	(00619) Szakiskola laktómentes Komló	E Köménymaglevés	664.16	158.89	2.25	4.69	0.53	25.09	0.92	0.88		
		Ketchupos csirkecomb (tejm.)	847.30	202.70	23.27	10.43	1.97	3.68	2.40	1.40		
		Zöldséges barnarizs	1 737.52	414.19	8.78	8.74	1.00	74.75	0.00	0.31		
		Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
		Összesen:	3 450.30	823.94	34.86	24.00	3.50	114.00	3.32	2.60		

9/10/2025 szerda (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	512.26	122.36	3.85	3.40	0.44	18.66	0.10	0.33		
		Rostonhal	636.33	152.23	15.23	9.65	1.73	0.00	0.00	0.64			
		Hagymás törtburgonya	1 374.13	328.74	7.48	6.17	0.70	59.32	0.00	0.24			
		Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26			
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01			
		Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18			
		Összesen:	3 625.20	867.08	32.69	22.17	3.27	131.12	40.84	1.66			
9/11/2025 csütörtök (00619)	Szakiskola laktómentes Komló	E	Tarhonyaleves	423.37	101.29	2.53	3.29	0.34	14.85	0.10	0.95		
		Lencsefőzelék (TEJMENTES)	1 639.14	392.14	23.08	8.54	0.92	55.08	0.87	0.73			
		Pírtott baconos sertésborda	1 304.92	312.18	22.82	20.97	5.50	7.74	0.51	0.78			
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54			
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00			
		Összesen:	4 304.19	1 029.71	54.79	34.48	7.12	121.07	1.66	3.00			

9/12/2025 péntek (00619) Szakiskola laktóementes Komló	E	Snidlinges májgombóclevés	1 091.97	261.24	19.23	8.02	1.59	27.38	0.51	0.53		
		Lekváros bukta (TEJMENTES)	2 848.91	681.56	12.99	20.30	2.15	110.74	12.81	0.31		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	4 057.21	970.63	32.54	28.64	3.74	143.72	13.32	0.85		

..... Konyhafőnök

.....
Üzletvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!